

carl gustav jung

# dışa bakan rüya görür içe bakan uyanır

Rüyaların, sembollerin, mitlerin izinde bir  
ruhçözömlömcisinin arayışı



DESTEK YAYINLARI: 1345

FELSEFE: 44

**CARL GUSTAV JUNG / DIŞA BAKAN RÜYA GÖRÜR İÇE BAKAN UYANIR**

**Yayına Hazırlayan:** Özlem Küskü

Her hakkı saklıdır. Bu eserin aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü, yayınevinin yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

*İmtiyaz Sahibi:* Yelda Cumalıoğlu

*Genel Yayın Yönetmeni:* Ertürk Akşun

*Felsefe Serisi Yayın Koordinatörü:* Özlem Küskü

*Son Okuma:* Devrim Yalkut

*Kapak Tasarım:* İlknur Muştı

*Sayfa Düzeni:* Cansu Poroy

*Sosyal Medya-Grafik:* Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: Ekim 2020 (3.000 Adet)

4. Baskı: Kasım 2020

5.-6. Baskı: Aralık 2020

7. Baskı: Nisan 2021

8.-9. Baskı: Mayıs 2021

Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-605-311-972-2

© Destek Yayınları

Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul

Tel. (0) 212 252 22 42

Faks: (0) 212 252 22 43

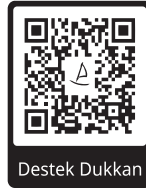
[www.destekdukkan.com](http://www.destekdukkan.com)

[info@destekyayinlari.com](mailto:info@destekyayinlari.com)

[facebook.com/DestekYayinevi](https://facebook.com/DestekYayinevi)

[twitter.com/destekyayinlari](https://twitter.com/destekyayinlari)

[instagram.com/destekyayinlari](https://instagram.com/destekyayinlari)



Destek Dukkan

Deniz Ofset – Çetin Koçak

Sertifika No. 48625

Maltepe Mahallesi

Hastane Yolu Sokak No. 1/6

Zeytinburnu / İstanbul



DESTEK  
YAYINEVİ



KARAKARGA



BEYAZ BAYKUS



GENÇ DESTEK

carl gustav jung

# dışa bakan rüya görür içe bakan uyanır

Rüyaların, sembollerin, mitlerin izinde  
bir ruhçözümlemecisinin arayışı

Yayıma Hazırlayan: Özlem Küskü



DESTEK  
Yayımları

## Jung bizden ne istiyor?

*“Bugünün insanının tanrıları ve şeytanları  
kaybolmamış, yalnızca isimleri değişmiştir.”*

İnsan bir muammadır.

Bir yandan dış dünyanın beklentilerine göre üstümüze geçirdiğimiz, içine sığmaya çalışırken çekiştirip durduğumuz kıyafetler, öte yandan zihnimizin ürettiği düşünceler, biyolojimizin dayattığı dürtüler, uykumuzda bile duyduğumuz derinlerden gelen gümbürtüler..

Hangisini dinleyeceğiz?

Kendimizi mi, dış dünyayı mı, yoksa yeraltından gelen sesleri mi?

Dışarıdaki dünyanın kuralları hayli zorlayıcı... İyileşmeyi umanlar için binlerce araç ortalığa saçılmış bir halde. Çeşitli metotlar, öğretiler, inançlar, bilimsel formüller... İnsan, her elini attığı şeyde sonsuz mutluluğu ve bütünlüğü yakalamanın derdinde. Eski bir deyişte söylendiği gibi, dünyaya bağlandıkça köklerini yitiren

bizler ağaç tepelerine sarılıyoruz. Ruhun insanın ancak kendi topraklarından doğabileceğini unutuyoruz. Diplerdeki akıntılardan ve karanlıktan kaçarak kendimizi yükseltmenin peşine düşüyoruz. Sonrası malum...

Hep bir yola çıkıyoruz, planlar, programlar yapıyoruz. Evdeki hesap çarşıya uymadığında başkalarına kızıyoruz, bazen kapıları kapatıyor, kendimizi hapsediyoruz, önümüzdeki duvarı hissediyor ama bir türlü onu yıkamıyoruz. Bazen olanlara kötü talih deyip geçiyoruz. Kendi trajik hikâyemizi tekrarlamak zorunda kalıyoruz. “Nereye gittiğimiz önemlidir ancak aynı derecede önemli olan bir diğer şey de nereye kimin gittiğidir.” Yola çıkarken fark etmiyoruz bile, kimdir yanımıza aldığımız?

Azıcık uzaklaşıp kendimize dışarıdan bakalım –ki aslında bunu hep yapıyoruz– ve bu giderek acı verici bir deneyime dönüşmekte çünkü hızla kendimize yabancılaşıyor, aynadaki tezahürlerimize şaşırarak bakıyoruz.

Artık sormak gerek, “Bu aslında ben değilim” dediğimiz şeyleri neden yapıyoruz, neden kişiliğimizi “şişiriyoruz”? Neden görünüşte her yere uyan ama hepsi birbirinden farklı “ben”lerden oluşuyoruz? Sokaktaki halimiz ile işyerlerimizdeki halimiz neden birbirinden farklılaşıyor?

Bugünün dünyası, görünüşte ilkel insanın yaşadığı dünyadan daha korunaklı ve konforlu ancak belki de daha tekinsiz. Bağımlılık, endişe, sıkıntı ve hayal kırıklığı çağındayız. Görünür dünyaya tutunmak için elimizden geleni yapıyoruz ancak herhangi bir “uyaran”

yoksunluğunda ne yapacağımızı şaşırtıyor, kendimizi uyuşturmak için yeni bağımlılıklar icat ediyoruz.

*“Herkes herkese öğretmenlik yapıyor ve kimse iyileşmenin yolunun tam da kendinden başlaması gerektiğinin farkında değil gibi duruyor.”*

Ruhumuzun sesini duymaz olduk. Bizi harekete geçiren, motive eden içsel şeylerin kaynağının ne olduğunu da sorgulamıyoruz. Başsız bir tavuk gibi, neyi neden yaptığımızı bilmez haldeyiz dersek abartmış olmayız, tam olarak Jung’un tarifıyla sağ elimiz sol elimizden habersiz...

İçsel gücümüzün sesinden ancak dış dünya ile bir buluşma gerçekleştiğinde emin oluyoruz. Bazen arzuladığımız bir şey pat diye önümüzde beliriyor, mutlu oluyor, kendimizi övüyoruz. Ancak basit bir çatışma belirdiğinde bu kez tüm dünyanın karşımıza geçtiğine ve olanca gücüyle bize saldırdığı fikrine kapılıyoruz. O zaman da suçu ya kadere atıyoruz ya da karşılaştığımız insanlara... Bize sorun yaratanlar için psikiyatride kullanılan tanılardan faydalanıyoruz, onları “normal” sınırından uzaklaştırıp bir patolojik sorunla tanımlıyoruz. Çünkü bilmek, tanımlamak ve sınıflandırmak her zaman rahatlatıcı geliyor, ne de olsa: “Psikiyatrik tanılar da kavrayamadığımız insan kalmasın diye vardır.”\*\*

---

\* Miguel Serrano, *Carl Gustav Jung ve Hermann Hesse-İki Dostun Hatıraları*, Çevirmen: Seza Özdemir, Destek Yayınları, 2019, s. 116

\*\* Adam Philips, *Kaçırdıklarımız & Yaşanmamış Hayata Övgü*, Çevirmen: Selin Sıral, Metis Yayınları, s. 57

Pek çok insan için kendini tanımak kendisinin dış dünyaya yönelik konumlanışını anlamaktan ibaret. Halbuki, bilinç düzeyindeki egoyu bilmek kendini bilmek değildir. Kendimizi tamamen dış dünyaya göre konumlandırmamız ne yazık ki ruhumuzla olan bağlantımızı yitirmemize yol açıyor. Tamamen bilincin farkında olduğumuz düzleminde sürdürdüğümüz bu yaşam ne yazık ki bir mağaza vitrininden öteye gidemiyor. Derinleşmekten uzak, kendi şeytanını icat etmiş insanların dünyası...

*“Hayatın bir aptal tarafından anlatılan bir masal olduğu fikri”* hepimiz için korkutucu. Bu yüzden de hayatı anlamlandırma çabasındayız. Bilime bu yüzden sırtımızı yaslıyor ve elimizdeki dünyanın doğa kanunlarını anlamaya çalışıyoruz. Kimi inançlı olanlarsa sadece “inanarak” taklit etmekle inançların da zaman içinde silikleşmiş kopyalarıyla kendilerini oyalamakta. Alan Watts’ın deyimiyle: *“Parmağın gösterdiği yöne bakmak yerine parmağı emip rahatlama.”* İnsan yaşamının anlamlı mı anlamsız mı olduğu bize bağlı. Ancak hayat aynı zamanda hem anlam hem de anlamsızlık ihtiva ediyor hatta anlam ve saçmalık arasında gelip gidiyor ama insan yine de tüm gönlüyle yaşamda anlamın ağır basmasını diliyor. Çünkü anlamsız bir hayatın dayanılmaz olmasına katlanılamıyor.

Kaygılar, korkular, huzursuzluk, bağımlılıklar ve bağımlı olunan şeylere karşı duyulan aşırı ihtiyaç içinde sürüklenmekteyiz. *“Uygarlık anlayışımız”* içgüdülerinden kopmuş halde ancak farkında olmasak da onlar

hiçbir yere kaybolmuyorlar. Sıkıntılarımızın, bedensel ağrılarının, unutkanlıklarının, zorlantılarının ve bizi sebebini anlayamadığımız bir şekilde harekete geçmeye zorlayan düşüncelerin kaynağı tam olarak neresi?

“İnsan bilinci kırılmıştır...” der Jung. “Parçalanmaya eğilimlidir.” İnsan, bu parçalanmanın önüne geçmek için “zihni yalıtma” yoluna gider. Zihinsel yalıtma taktiği ile kendimiz için sadece gerekeni gereken yerden alırız ve dikkatimizi dağıtacak, huzurumuzu bozacak diğer tüm şeyleri kapının arkasında bırakırız. Çoğumuz, farkında bile olmadan, günlük rutinlerimize ustaca uydurarak yaparız bunu. Örneğin şu an bu satırları okurken sokaktan gelen araba sesini, buzdolabının gürültüsünü ya da yan komşunun sesini kısarsınız. Bunların hepsi ilgi alanının dışına itilir. Bu bilinçli bir bölünme halidir. Jung’a göre bu durumun kontrolümüz dışında kendiliğinden gerçekleşmesi bambaşka bir bölünmeye, patolojik nevroza yol açar. Yine onun tarifıyla: “Nevroz kendi anlamına ulaşamamış bir ruhun acı çekmesidir.”

Bugünün insanı, bizler bölünmüş haldeyiz. Hayatımızı bölüp her bir parçasını başka bir çekmeceye tıkarken kendimizi de ayırmış, başka bir çekmeceye almışızdır. Günlük yaşam pratikleri gereğince gerekli olanı gerekli çekmecedan alırız ancak bazen de beklemediğimiz anda bir çekmece açılır. İşte bu çekmecedan çıkanların kaynağı bilinçdışıdır.

Aslına bakarsak bilincin altı, üstü, içi, dışı diye tabir edilen alanlar bilincin farkında olmadığımız çeşitli



düzlemlerinden bahsedebilmek için ortaya konulmuş olan terimlerdir. Gerçekte varoluşun tüm boyutlarını kapsayan ortak tözdür “bilinç” ve onun kaynağı da sonsuz zekâya sahip bir zihindir. Buna göre insan olmayı deneyimleyen her ruh, evrensel zihnin sınırlandırılmış bir modeliyle fiziki âlemde yaşama dahil olduğu süreçler içerisinde bilincin yalnızca belli bir kısmının farkındadır. Bilinçlenmek ya da bilinçli olmak denildiğinde de gerçekte bireyin bilincinin farkındalığını artırması kastedilmektedir.

Bilinç, bilinçdışı ve içgüdüsel isteklerin farkına varan insan kişiliğinin ağırlık merkezini başka bir yerde konumlandırır. “Benlik” denen bu merkeze gelmekle insan alt katlarda sıkıntı çeken (bilinmeyenin korkusu), üst katlardaysa acı ve hazza yapışan halden kurtulur.

Jung bize bir bireyleşme süreci vaat eder. Onun kurduğu psikoloji ekolünün özü budur. İnsanı ortaya çıkaran katmanları tam anlamıyla çözmek imkânsızdır, insan bu nedenle bir muammadır. Ancak yine de hayatta işler yolunda gitmediğinde başkalarını suçlamak yerine kendi doğamıza bakabiliriz. Bizi üzen, inciten ya da yaralayan şeylerin çaresinin yine kendimizde olduğunu anımsayabiliriz. Bu tek kişilik bir yolculuk da değil üstelik, bütünleşmeyi, bireyleşmeyi başaran sağlıklı bir toplumun da gelişmesini olanaklı kılar. Her bir bireyi tek tek toplayarak tek bir insan haline getirmeye kalktığımızda bütünün de tıpkı tek bir insan gibi davrandığını görürüz der Jung. İnsanlık da tek bir insanın

yaptığını yapar. Toplumlar da depresyona girer, psikoz geçirir ve kontrolünü kaybeder. Ancak sonuçları bireysel yaşantılarla kıyaslandığında daha yıkıcı olur. Savaşlar, katliamlar bunun sonuçlarıdır.

Kendimizi tanımak için atacağımız her bir adım bu yüzden hayati önemdedir.

*“Kendi içine bakmaya cesareti olmayan herkesin yaşamı bulanıktır.”* Dahası bu bulanıklık dünyayı da bulandırır.

Önyargı ve kabullerinizden sıyrılma vakti. Jung bizleri kendi mitimizle tanışacağınız bir yolculuğa davet ediyor. Sembollerin, rüyaların, arketiplerin ve mitlerin âlemine hoş geldiniz...

Özlem Küskü



“Ne yaptığımıza çok dikkat etmeli, ne yapmakta olduğumuzu çok iyi düşünmeliyiz çünkü bugün hepimiz kontrolümüz dışında olan kendi yarattığımız ölümcül tehlikelerin tehdidi altındayız. Tüm dünya nevrotik bir insana benzer, onun gibi dağılmış vaziyettedir.”\*



---

\* Carl G. Jung, *İnsan ve Sembolleri*, Çevirmen: Hatice Mukaddes İlgin, Kabalcı Yayıncılık, s. 80



“İnsan kendi doğasına göre yaşamalı. Önce kendini tanımaya yoğunlaşmalı sonra kendi hakkındaki hakikate göre yaşamalı. Bir vejetaryen olan kaplan hakkında ne derdiniz? Elbette onun kötü bir kaplan olduğunu söylediniz. Dolayısıyla herkes hem bireysel hem de kolektif doğasına göre yaşamalı. İnsan ne ise o olmalı, kendi öz bireyselliğini, bilinç ile bilinçdışı arasında ikisine de eşit mesafede duran, kişiliğin o merkezini keşfetmeli; doğanın bizi yönlendiriyor gibi görüldüğü o ideal noktayı hedeflemeliyiz. İnsan kendi ihtiyaçlarını ancak o noktadan tatmin edebilir.”\*

---

\* Miguel Serrano, *Carl Gustav Jung ve Hermann Hesse-İki Dostun Hatıraları*, Çevirmen: Seza Özdemir, Destek Yayınları, 2019, s. 141

## Carl Gustav Jung kimdir?

Psikanalizin en tartışmalı ve belki de ilerleyen dönemlerde daha da çok anılacak isimlerinden birisi olan Carl Gustav Jung 20. yüzyılın en önemli filozof-psikiyatrlarındandır. O bir ruhçözümlemecisidir. Derinlik psikolojisi olarak bilinen bilinç-ruh ilişkisine ek olarak bilinçdışını da dahil eden psikoloji alanının üç büyüklerinden biridir, psikanalizin babası Freud ve Adler diğer önemli iki isimdir. Freud'dan ayrıldıktan sonra kendi kurduğu analitik psikoloji ekolü ile bir devrim yaratan Jung, günümüz psikolojisi ve psikiyatrisi içinde halen kullanılan psikolojik tipler, kolektif bilinçdışı, kompleksler ve çağrışım testi gibi kavramların sahibidir. Kompleks psikoloji kavramı Oxford Sözlük'e şu şekilde girmiştir: Jung'un ortaya koyduğu belirli bir konuyla ilintili bir grup düşünceye karşılık gelen terim. Freud'un ortaya koyduğu modern psikolojiyi bir kuyuya benzetirsek, Jung bu kuyuyu daha da derin kazandı. Çalışmalarıyla insan ruhunu aydınlatmaya çalışmakla kalmamış eskinin ve bugünün dünyasının arasında bir köprü olmuştur.

Çocukluğundan itibaren kendi ilginç doğasının farkında olan bir iz sürücüdür Jung. Daha henüz çocukken sahip olduğu derin içgörü ile kendi dünyasının sularında yüzmeye başlamış, aynı zamanda etrafındakilerin de içine bakmış, onları gözlemlenmiştir. Rüyalarının, bilinçli bir şekilde sergilemediği davranışlarının peşine düşmüş, meraklı doğasıyla sorular sormuş, tüm yaşamı boyunca da “inanmayı” değil “deneyimleyerek anlamayı” seçmiştir.

Jung’u diğer meslektaşlarından ayıran en önemli ayırım, onun ruhun derinliğine inerken kullandığı yoldu. O, şifayı sembollerin, figürlerin, mitlerin, ilkel insanın ritüellerinin saklandığı “başka” bir dünyadan bulup çıkarmanın peşine düşmüştü. Bu yer bazen Uzakdoğu öğretileriydi, bazen Hıristiyanlık öncesi dönemler, bazen de simyaydı. Uzun yıllar ilkel insanları izlemişti, 1921 yılında Kuzey Afrika’da kalmış, Arizona ve New Mexico’da Pueblo yerlileri ile yaşamıştı. Yine 1926’da Afrika ve Kenya’da Elgon Dağı eteklerindeki yerlilerle birlikteydi. Çin felsefesi üzerine çalışan Richard Wilhelm, Hintbilimci Zimmer, Macar mitoloji uzmanı Karl Kerényi ile birlikte yıllarca çalışmış ve üretmişti.

İnsan ruhunu keşfetme yolculuğunda psikoloji, psikiyatri ve tıp bilgisine ek olarak yıllarca pek çok disipline dair derin okumalar ve incelemeler yaptı. Simya, astroloji, parapsikoloji, mitoloji, felsefe, dinler tarihi, Kabala, fizik bunlardan bazılarıydı. Aynı zamanda yetkin bir dilbilimciydi. Yaklaşık 6 dili konuşabiliyordu.

Her kültür ve dünyadan insanla sohbet ederdi. Her şeye yönelik canlı bir ilgisi, meraklı bir doğası vardı ve ölene dek yazmayı bırakmayacak kadar üretken biriydi.

Kuralları yıkmaktan korkmazdı, herkesi karşısına alacak kadar cesurdu. Yol nereden geçerse geçsin, onun tek bir derdi vardı: Yaşamı daha sağlıklı, anlamlı ve mutlu bir hale getirmek. Bunun da yolu tüm kıyafetlerden soyunarak kişinin kendisini bulması, ruhunu keşfetmesi ve bütünleşmesi yani bireyleşmesiydi.

Yaşamında en çok şikâyet ettiği şeylerden biri anlattıklarının diğer insanlar tarafından yeterince anlaşılmasınıydı. Bu anlamda belki de en çok eleştiriye psikolojiye dini figürleri dahil etmesi nedeniyle aldı. Hatta öyle ki yeni bir din kurmakla suçlandığı dahi oldu. Jung din ve psikolojiyi yan yana getirme nedenlerini bıkmadan usanmadan açıklamaya çalıştı. Bunun nedenlerinden biri dini sadece sosyolojik bir olgu olarak değil insana dair bir hadise olarak görmesiydi. Ona göre din insan ruhuna özgü bir tutumdur ve insan psikolojisi üzerine eğiliyorsa onun en önemli parçası olan dinler de bu konudan azade değildir.

1952 yılında kendisi ile ilgili kaleme alınan biyografinin önsözünde şunları söylemişti:

*“Çalışmalarım bir dizi değişik yaklaşımlardan ibarettir, buna bilinmeyen etkenlerin çevresinde dolaşmak da denilebilir. Bu yüzden benim açık ve basit özetimin*

*verilmesi oldukça zorlaşmaktadır. Dahası, ben daima ruhun kendisini salt doktor muayenehanesinde göstermediği, onun her şeyin üzerinde tüm dünyada ve ayrıca tarihin derinliklerinde var olduğu gerçeğini gözden kaçırmamak için özel bir sorumluluk duymuşumdur.”*

Yaşamını adadığı uğraş insanı anlamaktı, bilim çevrelerince dışlanmak ve kınanmak pahasına araştırmaktan ve soru sormaktan vazgeçmedi. İçinden gelen “çağrı”nın peşine düştü. Yazgısının peşine düşen pek çok kahraman gibi yalnızlığı derinden hissetti. 83 yaşındayken bile “Ben hâlâ yalnızım” diyordu.

Dogmatikliğe her zaman karşı olmuştu. Yerleşik olanı yıkmaktan ve inandığı doğruları söylemekten korkmazdı. Bu, Freud’la aralarındaki ilişkinin kopmasına neden olan en belirgin tavidir. İlk başlarda kompleks psikoloji sonrasında ise analitik psikoloji olarak adlandıracağı alanda seslendiği insanları da benzer bir deneyime, sormaya, sorgulamaya çağırıyordu. Hap bilgileri alıp yutmak yerine onları kendi deneyimleri ile kendilerini bulmaya çağırıyor, insanları kendi mitlerini yaratmaya davet ediyordu.

Jung’un psikolojik yaklaşımına dair yazmanın zorluklarından bahseden pek çok insan olmuştur. Ne kadar anlatılmaya çalışılsa da kısacık bir kitapta derin ve tam bir özet sunmak imkânsızdır çünkü onun çalışma

---

\* Frieda Fordham, *Jung Psikolojisinin Ana Hatları*, Çevirmen: Aslan Yalçın, Say Yayınları, s. 13

alanının bir ayağı bilimsel gerçekliğin olduğu bir dünyaya diğeri ise “dinler” gibi tartışmaya açık ve rasyonellikten uzak başka bir dünyaya atılmıştır. Dahası kökleri felsefeye, simyaya, gün yüzüne çıkmamış kadim metinlere de varmaktadır.

Ursula Le Guin onun için “Sanat hakkındaki görüşleri sanatçılara en yakın gelen psikolog” demiştir. Bu yüzden de kurduğu psikoloji ekolünün yansımaları sadece psikanaliz ve terapiye değil sanata, sinemaya, sosyolojiye, antropolojiye, teolojiye, fiziğe ve edebiyata da yansımış, onlarca sanatçıya, bilim insanına da ilham olmuştur.

Mesleki kariyerinde pek çok okul tarafından verilen payelerle onurlandırılmıştı. İsviçre Teknik Üniversitesi’nin verdiği belgede yazarın onun ne yaptığının en iyi özetidir belki de:

*“Bütünlüğü ve karşıtlığı, psişeyi ve onun bütünlük eğilimini yeniden keşfeden, bilim-teknik çağında yaşayan insanın buhranlarını teşhis eden, kadim sembolleri ve insanlığın bireyleşme sürecini yorumlayan Carl Gustav Jung’a.”*

Jung, bilinmeyenin peşine düşme cesaretine kalkışmış, sezgileriyle bir şeyleri koklamış, derinlerde bulduklarını dünyaya, gün ışığına çıkarmaya çalışmış ve iki dünya arasında bizlere köprü olmuş bilge bir psikolog, bilimadamıdır.